

日本語学校に在籍する中国人留学生のストレスとメンタルヘルス — 社会環境ストレスに焦点を当てて —

立教大学大学院現代心理学研究科 梁 恵

Stress and mental health of Mainland Chinese international students who studied in Japanese language school: Focus on social-environment stress

Hui Liang (Graduate School of Contemporary Psychology, Rikkyo University)

This study's purpose was to identify the relationship between the mental health and stress of mainland Chinese international students in Japanese language schools who had poor adaptation situations, particularly compared to university students. Fifty-nine mainland Chinese students who studied in a Japanese language school completed a cover sheet, stress scale, and mental health scale (GHQ-28). Factor analysis results for the stress scale extracted the following information: Japanese communication stress, social-environmental stress and career stress. In particular, social-environmental stress had a negative effect on mental health. It was also positively correlated with the length of stay in Japan, and was particularly high 6 months and 24 months after the student's arrival in Japan.

Key words : stress, mental health, Chinese international students, Japanese language schools

問 題

1980年代の中曽根内閣の時代に「留学生10万人計画」を掲げられて以来、来日留学生は増加し、2002年に10万人に達成した。そのような情勢の中で、2008年に文部科学省は、日本を世界により開かれた国とし、アジア、世界の間のヒト・モノ・カネ、情報の流れを拡大する「グローバル戦略」を展開する一環として、2020年を目途に30万人の留学生受入れを目指すという「留学生30万人計画」を打ち出した。そこで、一時鈍化した留学生の増加率が再び急上昇した。しかし、在日外国人学生は留学生生活上でさまざまな困難を体験しており、現在の日本社会の留学生の受け入れ体制が十分ではないことが指摘されている(浅野, 1997; 石井, 2003; 段, 2003; 葛, 2007; 大橋, 2008)。

従来の日本の留学制度は「留学」と「就学」の

二つに分かれていた。「留学」は、大学院、大学、専門学校などで、「就学」は高校、専修学校、各種学校、日本語学校などで、それぞれ教育を受けることに基づく在留資格である。しかし、2010年7月、入管法の改正により、「留学」と「就学」の区分をなくし、「留学」の在留資格へと一本化されたのに伴い、旧就学生の資格外活動許可が週20時間以内から週28時間以内に延長された。日本語教育振興協会(2013)の統計データによると、在日留学生数は137,756人であり、そのうち日本語教育機関(主に日本語学校)の在籍者数は29,235人である。

現状では、日本語学校に在籍しているほとんどの留学生は私費留学生であり、日本の留学制度により、日本語能力のレベルを問わず、日本語学校で語学の勉強をしてから専門学校、大学、大学院などに進学する。そして、異文化適応の初期段階にいる日本語学校の留学生は、大学・大学院に在

籍している留学生と比べ、来日後の期間が短く、日本語能力も高くないゆえ、日本社会での生活面で非常に困難な状況に遭遇している。しかしながら、日本の留学生受け入れ体制では、日本語学校に在籍している留学生への支援がほとんど行われていないのが現状である（加賀美，1994；段，2003；大橋，2008）。

留学生が在日留学という異文化社会に適応していく過程で生じる不適応症状には多様な要因が関係している。異文化適応は一般に新しい文化・社会状況の中で遭遇するさまざまなストレス源（ストレッサー）に対応し適応するプロセスである。ストレス理論について、Homles & Rahe（1967）は人生上の各段階における大きい出来事というライフ・メジャー・イベントを主張している。一方、Lazarus & Folkman（1984）のストレスの理論によれば、日常生活の中で人をイライラさせたり悩ませたりする小さい出来事というデイリー・ハッスル（daily hassles）が適応や健康に重要である。そこで、異文化体験者（移住者、留学生など）は日常生活の中でストレスを体験し、これがメンタルヘル스에望ましくない影響を及ぼしていることが実証されている（Kuo，1976；松本，1999；嶋，1992）。

目 的

今までの留学生に関する異文化適応の研究・調査の主な対象は大学・大学院に在籍している留学生である。そこで、本研究では、大学・大学院に在籍している留学生と比べ、適応状況がより悪いと考えられている日本語学校に在籍している留学生を調査対象とする。また、従来の先行研究の多くが出身国を限定していないが、背景となる文化などからの解釈が困難であるので、本研究では、調査対象の出身国を中国に限定する。中国からの日本語学校に在籍している留学生に限定する理由は、国籍別にみると中国人が圧倒的に多く、2013年では、日本語教育機関在籍者の6割以上が中国人であった。そして、本研究では、日本語学校に

在籍している中国人留学生の日常生活の中で遭遇するストレッサーを探索し、メンタルヘルスとの関係を検討する。

方 法

1. 予備調査

目 的

日本語学校に在籍する中国人留学生用のストレッサーの尺度紙を作成するため、その実態を調べる。

対 象

都内にある日本語学校在学中の中国人学生3名（男性1名、女性2名）。2010年12月19日、個人情報流出には厳重に注意し、面接の結果から個人が特定されることはないとの約束し、3人に約2時間半の半構造化グループ面接を実施した。

面接内容

在日の留学生活の中で困ったこと、嫌に思ったこと等の体験について聴取した。

面接結果

在日の留学生活の中で遭遇した問題として、KJ法で大きく4つのカテゴリーに分類された。第1のカテゴリーは、①日常生活の交流、②敬語の難しさ、③日本語の曖昧さ、④日本人との人間関係（付き合いにくいこと、関係が深くないこと）、のような日本語による日本人とのコミュニケーションに関連するものであった。第2のカテゴリーは、①学校の校則の理不尽かつ曖昧さ、②先生が助けてくれない、③学校を信頼できない、などのような学校に関連するものであった。第3のカテゴリーは、①公的機関の利用しづらさ、②日本の不景気、③日中問題、④他の外国人と違う扱いをされた、などのような社会背景に関連するものであった。第4のカテゴリーは、①進学時に必要な書類、②専門分野の選択、③学費のこと、⑤試験対策、⑥経済不況下の在日就職、などのような進学と就職に関連するものであった。

2. 本調査

対 象

都内にある日本語学校に在籍している中国人留学生 59 名の内、データの不備や回答漏れのあった者を除く計 57 名（有効回答数は 86 %）である。そのうち男性 29 名（50.9 %）、女性 28（49.1 %）であり、平均年齢は 23.8 歳、標準偏差は 2.6 であった。

調査方法

2011 年 2 月と 2011 年 6 月の 2 回で、都内にある日本語学校に質問紙を配り、日本語学校の教師に依頼して、在籍している留学生に回答してもらった。なお、本研究は調査対象の日本語能力を配慮し、質問紙はすべて中国語で作成した。中国語に翻訳する際にバックトランスレーションを行った。

調査で使用した尺度

①フェイスシート

被検者の年齢、性別、出身地、来日期間、アルバイト状況、進路意向、在日友人数（中国人、日本人）から構成されていた。

②ストレス尺度

Homles & Rahe（1967）と、Lazarus & Folkman（1984）のストレス研究を参考した中国帰国者用ストレス尺度（丹羽・箕口・曾，1996）と、予備調査で得られた結果を基に中国人留学生用の計 36 項目から構成された在日で体験するストレスフルな出来事を測定する尺度を作成し、使用した。

まず、日本生活の中でそれぞれの出来事があったかどうかを、「体験した」か「体験しなかった」（0 点）で答えてもらい、「体験した」と○印をつけた場合、どの程度つらかったに関して「なんともなかった」、「少しつらかった」、「かなりつらかった」、「非常につらかった」の 4 件法で回答してもらった。解析では、「なんともなかった」と「体験しなかった」を同じく点とみなし、「体験しなかった」・「なんともなかった」（0 点）～「非常につらかった」（3 点）に換算した。点数が高いほどそのストレスが高いことを示す。

③メンタルヘルス尺度

精神健康調査票（The General Health Questionnaire）; GHQ28 を使用した（大坊・中川，1985）。本研究では、Likert 法によって 0～3 点の重みづけを行い、合計点を算出した。なお、最高得点は 84 点であり、最低得点は 0 点である。点数が高いほどメンタルヘルスが悪いことを示す。

結 果

（1）ストレスの因子分析

在日生活におけるストレスに関する 36 項目について、体験率が低いものを削除し、因子分析（主因子法，プロマックス回転）を行った。累積寄与率が 50 % 以上で、固有値の減少と解釈上の可能性を考慮して、3 因子を採択した。また、各因子において、因子負荷量の絶対値が .40 以上の項目を採択した。その結果を Table1 に示す。

第Ⅰ因子は「周りの人々が話している日本語がわからないことがあった」、「日本語が難しかった」、「日本人と付き合いにくかった」、「日本語の敬語表現について分かりにくかった」、「自分の言いたいことが日本語で表現できないことがあった」、「日本語のあいまいな表現を理解できないことがあった」、「授業中、先生が話している日本語がわからないことがあった」、「アルバイト探しに苦労した」といった在日生活の中の日本語能力とそれによる対人交流上の困難に関する項目が中心となって構成されているため、「日本語コミュニケーションストレス」因子と命名した。

第Ⅱ因子は「公的施設・機関が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった」、「学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった」、「留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった」、「留学生である自分が弱者であると感じることがあった」、「日中関係の悪化に影響された」、「他の外国人と異なる扱いをされた」、「留学生を支援する施設についてよくわからなかった」、「生活費・学費等について考えることがあった」、「日本の経済不況に

Table1 ストレス尺度の因子分析（主因子法，プロマックス回転）

項 目 内 容	I	II	III
周りの人々が話している日本語がわからないことがあった	0.855	0.155	0.138
日本語が難しかった	0.838	0.091	0.089
日本人と付き合いにくかった	0.704	0.38	0.273
日本語の敬語表現についてわかりにくかった	0.692	0.035	-0.043
自分の言いたいことが日本語で表現できないことがあった	0.651	-0.101	0.236
日本語のあいまいな表現をりかいできないことがあった	0.63	0.278	0.08
授業中、先生が話している日本語がわからないことがあった	0.63	0.229	0.212
アルバイト探しに苦労した	0.475	0.235	-0.037
公的施設・機関が信頼できない・頼りにならないと感じたことがあった	0.043	0.861	0.237
学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった	0.135	0.788	-0.114
留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった	-0.019	0.768	0.189
留学生である自分が弱者であると感じることがあった	0.361	0.663	-0.094
日中関係の悪化に影響された	0.083	0.548	0.011
他の外国人と異なる扱いがされた	0.127	0.543	0.23
留学生を支援する施設についてよくわからなかった	0.213	0.497	0.309
生活費・学費等について考えることがあった	0.242	0.483	0.178
日本の経済不況に影響された	0.248	0.467	0.112
進学について考えることがあった	0.108	0.055	0.964
将来の職業について考えることがあった	0.151	0.278	0.766
進学試験について考えることがあった	0.145	0.133	0.739
固有値	5.54	3.48	2.48
寄与率	27.7	17.43	12.4
α 係数	0.871	0.843	0.851
因子間相関			
	第 I 因子	第 II 因子	第 III 因子
第 I 因子 日本語コミュニケーションストレス	1		
第 II 因子 社会環境ストレス	0.201	1	
第 III 因子 進路ストレス	0.148	0.144	1

Table2 各ストレス下位尺度得点の平均値・標準偏差及び在日期間差の比較

	在日長期間群 (N=19)	在日短期間群 (N=38)	56 在日期間差
	平均値 (標準偏差)	平均値 (標準偏差)	t 値
日本語コミュニケーションストレス	1.25 (.70)	1.05 (.73)	－ 0.94
社会環境ストレス	1.12 (.77)	.62 (.52)	－ 2.49*
進路ストレス	1.57 (1.09)	1.24 (.91)	－ 1.17

注) * $p<.05$

影響された」といった社会制度や環境によって体験したストレス項目が中心となって構成されているため、「社会環境ストレス」因子と命名した。

第Ⅲ因子は「進学について考えることがあった」、「将来の職業について考えることがあった」、「進学試験について考えることがあった」といった将来の就職と進学のための準備に関連する項目が中心となって構成されているため、「進路ストレス」因子と命名した。

このように因子分析の結果に基づいて、3つの因子からなる尺度を構成した。そして、各因子を構成する項目得点の合計値を項目数で割り、「日本語コミュニケーションストレス」の下位尺度得点 ($M=1.11$, $SD=.79$) と「社会環境ストレス」の下位尺度得点 ($M=.78$, $SD=.65$)、「進路ストレス」の下位尺度得点 ($M=1.35$, $SD=.97$) を算出した。

次に、ストレスの各因子尺度の信頼係数 (Cronbachの α 係数) を求めたところ、「日本語コミュニケーションストレス (8項目)」は.87, 「社会環境ストレス (9項目)」は.84, 「進路ストレス (3項目)」は.85であり、十分な信頼性を備えているといえる。

(2) 各ストレス因子尺度とメンタルヘルス、来日期間との比較

因子分析をもとに、3つのストレス尺度を作成し、3つ因子尺度得点の平均値で二分し、平均値以上の対象者を高群、平均値未満の対象者を低群とした。高群と低群のGHQ得点をt検定で比較し

た。

社会環境ストレス高群は、社会環境ストレス低群よりGHQ得点が高く、メンタルヘルスが悪いことが示された ($t(55)=4.16$, $p<.001$)。日本語コミュニケーションストレスと進路ストレスの高群・低群間の比較では有意差はみられなかった。つまり、社会環境ストレスを多く体験した者はメンタルヘルスが悪い。また、メンタルヘルスの悪い人は社会環境ストレスを多く感じている。日本語コミュニケーションストレスと進路ストレスを多く体験したことはメンタルヘルスと関連していないことが示された。その結果をTable2に示す。

また、3つのストレス尺度に関して、来日期間差を比較したところ、全ての因子得点において、来日期間の長い日本語学校生が短い日本語学校生より高かった。そして、「社会環境ストレス」には有意差が見られた ($t(55)=2.49$, $p<.05$) が、「日本語コミュニケーションストレス」と「進路ストレス」には有意差がみられなかった。つまり、来日期間の長い日本語学校生は、来日期間の短い日本語学校生と比べて社会環境ストレスをより多く体験していた。

(3) 社会環境ストレスに焦点を当てた分析

①社会環境ストレスの各項目と来日期間の分析

上記の結果から、社会環境ストレスは本研究で測定したストレスの中で日本語学校の留学生のメンタルヘルスと関連していることが示され、来日期間の長い留学生と短い留学生の間に有意差がみ

られた。社会環境ストレスが中国からの日本語学校生の日本社会での適応において重要であることが明らかになった。そこで、来日期间による社会環境ストレスの量を検討するため、来日期間を1ヵ月ごとに区切り、各月の社会環境ストレスの平均値を算出した。その結果、来日して6ヵ月以上経った留学生の社会環境ストレスが6ヵ月未満の留学生より高く、その後、6ヵ月以上24ヵ月未満の留学生の社会環境ストレスの高さの水準は変わらず、24ヵ月以上経った留学生の社会環境ストレスは24ヵ月未満の留学生より高かった。そのため、来日期间が6ヵ月未満、6ヵ月以上24ヵ月未満、24ヵ月以上の3つの期間に分け、各期間での社会環境ストレスの平均値を算出した。

そして、社会環境ストレスをさらに詳細に調べ

るため、この因子の全項目に関して、上記の3つの期間における平均値を算出し、Fig1に示す。また、TukeyのHSD法による多重比較を行い、その結果をTable3-1とTable3-2に示す。

6ヵ月以上24ヵ月未満と24ヵ月以上の間で有意になったのは、「公的施設・機関が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった」($p<.001$)、「学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった」($p<.05$)、「留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった」($p<.001$)、「生活費・学費等について考えることがあった」($p<.001$)、「生活費・学費等について考えることがあった」($p<.05$)そして「日中関係の悪化に影響された」($p<.05$)であった。つまり、来日24ヵ月以上経った留学

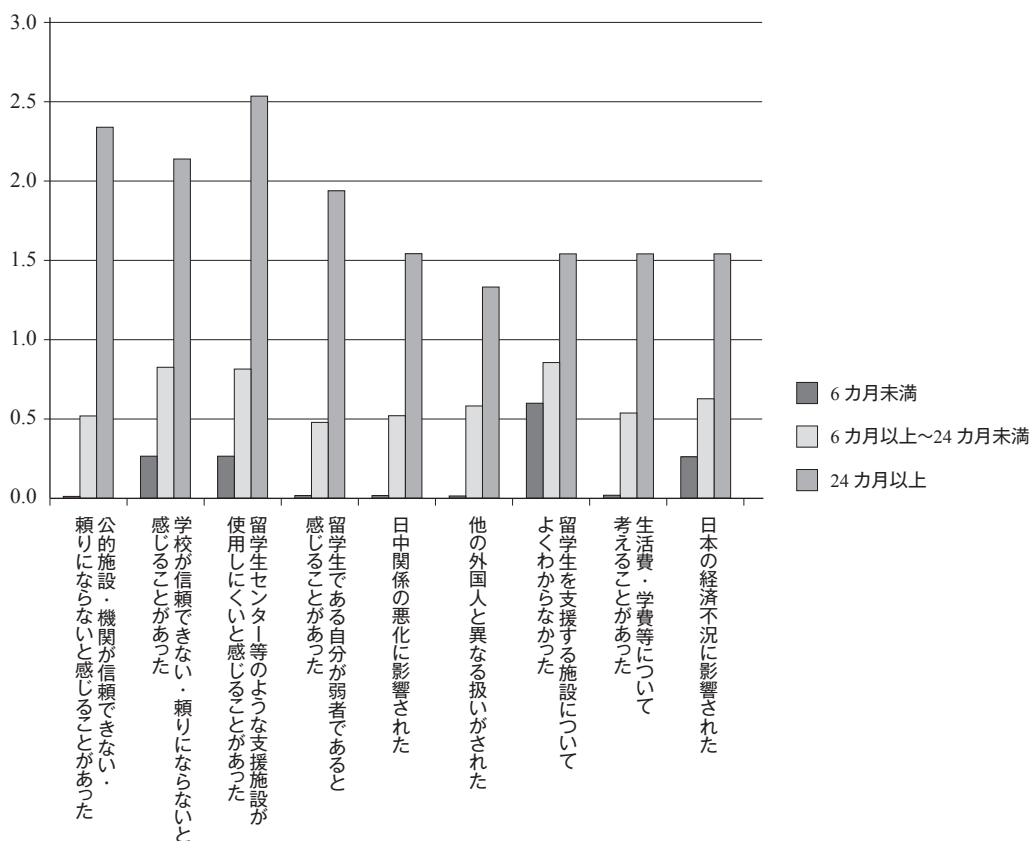


Fig1 来日期间による社会環境ストレスの各項目の平均値

Table3-1 社会環境ストレス因子の各項目における3つの来日期間差の比較

		6ヵ月未満	6ヵ月以上 24ヵ月未満	24ヵ月以上	F 値	群間差 (Tuckey 法)
公的施設・機関が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった	平均	0	0.59	2.4	11.93***	6ヵ月未満<24ヵ月以上***, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上***
	標準偏差	0	0.86	0.89		
学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった	平均	0.33	0.9	2.2	3.93*	6ヵ月未満<24ヵ月以上, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上*
	標準偏差	0.57	1.06	1.3		
留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった	平均	0.33	0.88	2.6	8.17***	6ヵ月未満<24ヵ月以上**, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上***
	標準偏差	0.57	0.97	0.89		
留学生である自分が弱者であると感じることがあった	平均	0	0.55	2	7.69***	6ヵ月未満<24ヵ月以上**, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上**
	標準偏差	0	0.79	1.41		
日中関係の悪化に影響された	平均	0	0.59	1.6	3.91*	6ヵ月未満<24ヵ月以上*, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上*
	標準偏差	0	0.86	1.14		
他の外国人と異なる扱いがされた	平均	0	0.65	1.4	2.34 n.s.	
	標準偏差	0	0.92	1.14		

注) *** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$, n.s. 有意差なし

Table3-2 社会ストレス因子の各項目における3つの来日期間差の比較

		6ヵ月未満	6ヵ月以上 24ヵ月未満	24ヵ月以上	F 値	群間差 (Tuckey 法)
留学生を支援する施設についてよくわからなかった	平均	0.67	0.92	1.6	1.08 n.s.	
	標準偏差	0.57	1.05	1.14		
生活費・学費等について考えることがあった	平均	0	0.61	1.6	3.85*	6ヵ月未満<24ヵ月以上*, 6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上*
	標準偏差	0	0.83	1.34		
日本の経済不況に影響された	平均	0.33	0.69	1.6	2.73 n.s.	6ヵ月以24ヵ月未満 <24ヵ月以上
	標準偏差	0.57	0.89	0.89		

注) * $p<.05$, n.s. 有意差なし

生は他の来日期間の留学生と比べ、公的機関や学校、支援施設のような施設と留学費用、社会情勢に関するストレスが増えた。

②社会環境ストレスの各項目とメンタルヘルスの分析

社会環境ストレス因子の全項目とメンタルヘルスとの関係を調べるため、社会環境ストレス因子の全項目を平均値で二分し、平均値以上の対象者を高群、平均値未満の対象者を低群とし、高群と低群のGHQ得点を t 検定で比較した。その結果をTable4に示す。

「留学生である自分が弱者であると感じることがあった」($p<.01$)、「日中関係の悪化に影響された」($p<.05$)、「他の外国人と異なる扱いをされた」($p<.05$)、「生活費・学費等について考えるこ

とがあった」($p<.05$)において高群は、低群よりGHQ得点が高く、メンタルヘル스에悪いあるいは悪い傾向がみられた。「公的施設機関が信頼できない頼りにならないと感じることがあった」と「学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった」、「留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった」、「留学生を支援する施設についてよくわからなかった」、「日本の経済不況に影響された」は高群と低群の間に有意差はみられなかった。

つまり、社会環境ストレス因子の各項目の中で日本語学校や留学生支援施設のような学業上の問題よりも、日中関係の悪化、弱者と感じること、異なる扱い、生活費・学費のような日本社会で起こる出来事と日常生活上の困難に関するストレス

Table4 社会環境ストレス因子の各項目のストレス高群・低群のGHQ得点（Likert法）の比較

		N	平均値	標準偏差	t値
公的施設・機関が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった	高群	24	32.58	9.31	1.89
	低群	33	27.3	11.08	
学校が信頼できない・頼りにならないと感じることがあった	高群	30	31.66	9.57	1.62
	低群	27	27.14	11.37	
留学生センター等のような支援施設が使用しにくいと感じることがあった	高群	18	33.13	10.17	0.87
	低群	39	28.69	10.84	
留学生である自分が弱者であると感じることがあった	高群	24	34.29	9.42	3.10**
	低群	33	26.06	10.2	
日中関係の悪化に影響された	高群	23	33.78	10.42	2.61*
	低群	34	26.64	9.88	
他の外国人と異なる扱いがされた	高群	25	33.04	10.34	2.29*
	低群	32	26.78	10.15	
留学生を支援する施設についてよくわからなかった	高群	31	31.64	10.08	1.67
	低群	26	27	10.87	
生活費・学費等について考えることがあった	高群	25	33.4	10.42	2.55*
	低群	32	26.5	9.9	
日本の経済不況に影響された	高群	29	31.86	10.35	1.71
	低群	28	27.1	10.52	

注) ** $p<.01$, * $p<.05$

を多く体験している人のほうがメンタルヘルスが悪いことが示された。また、メンタルヘルスの悪い人は日本社会で生活していくの困難や異なる待遇に関するストレスをより多く感じていることが示された。

考 察

(1) ストレス尺度の因子分析の検討

来日期間が浅く、日本の社会に慣れていない日本語学校の留学生は、在日生活に適応していく過程の中で、さまざまなストレスを抱えている。本調査では、ストレス尺度について因子分析を行ったところ、日本語コミュニケーションストレス、社会環境ストレス、進路ストレスの3因子が抽出された。これらは、予備調査で得られた結果とも一致していた。

日本語コミュニケーションストレスとは、主に日本語による日常コミュニケーションの中で生じるストレスである。日本語学校の留学生は留学する前に多少日本語について勉強するが、日本語能力は高くない。しかし、日本語学校での授業の中で先生とのやり取りは全て日本語で行われ、日常生活の中でも日本人とのコミュニケーションも日本語で話さなければならない。モイヤー（1987）、湯（2004）、葛（2007）、大橋（2008）、岡田（2008）などの大学生・大学院に在籍している留学生を対象とした多くの先行研究においても、同様に日本語力やコミュニケーションに関する問題を指摘している。そして、数少ない日本語学校の留学生を対象とした研究においても、KJ法によって日本語能力の低さによる影響が指摘されている（加賀美，1994）。大学・大学院に在籍している留学生と比べ、本研究の対象者である日本語学校の留学生は大学・大学院への進学予備段階であり、日本語を学ぶ段階でもあるので、日本語によるコミュニケーションの問題をより多く抱えているのではないかと考えられる。

社会環境ストレスとは、日本語学校の留学生が体験している公的機関や日本語学校、留学生支援

施設、日中間の歴史問題や現在の争いなどから生じるものである。予備調査のインタビューでもいくつかの具体例が得られた。本研究の対象者である日本語学校の留学生においても日本の社会制度と在日留学環境に関して、多くのストレスフルな体験をしており、それが1つの因子として抽出されたものと考えられる。しかし、このストレスは、先行研究（大橋，2008；姚・松原，1990）で取り上げられてこなかったものである。本研究では予備調査により日本語学校に在籍する留学生と実際に面接をすることによって見出された。日本語学校や日本の社会情勢、日中関係の問題は、実証研究以外では指摘されていたが、実証研究で取り上げられるのは初めてであった。

進路ストレスとは、日本語学校の留学生の進路に関するものである。日本語学校で学んでいる留学生の多くは、日本語学校で1年ないし2年の日本語学習を終えて、大学・大学院・専門学校に進学することを考えている。つまり、日本語学校での学習は大学・大学院・専門学校への進学を主な目的としている。また、在留ビザも進路のことに関連している。つまり、進路先が決まらなないと、在留ビザの更新ができず、強制退去をさせられる可能性がある。これらのため、進路ストレスが抽出されたと考えられる。先行研究（岡・深田，1994）でも、日本語学校生が抱える問題として、進路・就職、勉強、卒業後のビザの問題が挙げられている。

(2) ストレスとメンタルヘルス、来日期間差との関連性の検討

ストレスとGHQ得点との t 検定では、社会環境ストレス共に、ストレス高群がストレス低群に比べてメンタルヘルスが悪いことが示されたが、日本語コミュニケーションストレスと進路ストレスにおいては示されなかった。このことから、社会環境ストレスの高さはメンタルヘルスの悪さと関連していることが考えられる。社会環境ストレスについては、日本語学校の教育環境や日本の留学制度、公的機関のサポートシステムに対する情報

不足と不完備に気づき、また、学校と支援施設以外の日本の社会場面で生じる問題が、メンタルヘル스에 悪影響を与えたと推測される。一方、メンタルヘルスが悪ければ、自分の周りの社会環境を適切に認識できなくなり、些細な出来事に反応し、ストレスをより感じやすくなることも考えられる。

また、来日期間差において、社会環境ストレスにおいては、来日期間の長い留学生は短い留学生よりも社会環境ストレスを体験していることが示された。来日期間の長い留学生は来日期間の短い留学生より長く日本に滞在し、日本の社会環境と日本語学校の学習環境についてより知るようになり、それらに伴い不便と不都合をより多く感じていると考えられる。

(3) 社会環境ストレスに焦点を当てた検討

①社会環境ストレスと来日期間差の検討

社会環境ストレスはメンタルヘルスと高い関連性を持っていることが示され、社会環境ストレスは本研究で測定したストレスの中で日本語学校の留学生のメンタルヘルスを検討する上で最も重要であると考えられる。そこで、社会環境ストレスについてさらに解析を進めたところ、社会環境ストレスは来日期間の長い留学生であるほど高くなることが示された。また、来日期間が6ヵ月以上と24ヵ月以上に経った留学生の社会環境ストレスの高さがみられた。そして、社会環境ストレス因子の各項目の中にメンタルヘルスに関連があるものを明らかにした。

来日6ヵ月未満の留学生は日本の社会と環境によるストレスをそれほど体験しておらず、Adler (1975) はその期間をハネムーン期と呼んでおり、文化の違いが深く認識されない時期である。すなわち、対象者の多くは初めて来日し、日本の社会制度や留学環境についてよく把握していないと考えられ、現在置かれている状況とこれから直面しがちな問題についてまだそれほど深く気づいていないと推測される。しかし、その中で、留学生を支援する施設や日本語学校に関するストレスにつ

いては体験していた。つまり、来日初期段階にいる留学生は、日本社会との関わりが限定されているので、日本社会の問題よりも身近な日本語学校と留学生支援施設の問題に限定して体験し、留学生は日本の留学制度や日本語学校の質・環境への不満とサポート源の不足さから生じたストレスを多く体験することで自分が置かれている留学状況の厳しさに気づいたと考えられる。その要因として考えられるのは、留学生にとって、非常に重要な最初の在日教育機関である日本語学校の経営形態、学習環境、教師の質などには問題があることが指摘されている(段, 2003)。また、支援施設と制度に関して、大橋(2008)は日本語学校生に対する支援機関、奨学金などの支援制度は公的レベルにおいても民間レベルにおいても低いものであり、大学で学ぶ留学生との格差が大きいことを指摘している。加賀美(1994)も同様に日本語学校の留学生の支援と受け入れに関する制度・機関は大学にいる留学生と比べると、十分に整備されていないことを指摘している。

来日期間が6ヵ月以上24ヵ月未満の留学生では、社会環境ストレスの各項目は有意的な上昇がなかったが、全体的に上がっている。つまり、この時期の留学生は前の時期の留学生(6ヵ月未満)と比べ、アルバイト先や日常生活の場面を通して、日本社会との関わりが増え、それに伴って日本語学校と留学生支援施設以外の日常生活に関するストレスも体験し始めたと考えられる。

来日期間が24ヵ月以上の留学生では、社会環境ストレスがさらに上昇したという結果が示された。24ヵ月以上という期間は日本語学校の留学生にとって卒業する時期であり、留学生は日本語学校と支援施設的不满に加え、公的施設・機関への不信感と日本社会での生活への不満も高めていることが示された。つまり、支援機関や制度がほとんどない状況の中、留学生は留学環境のみならず、日本社会の出来事やアルバイトなどの生活・対人場面における体験、日本の公的機関、日本社会全体への不満が生じたと考えられる。また、この時期は進学するための学費の納入やビザの更新

をする時期であり、経済的な問題に加え、公的機関と日本の留学制度と関わる頻度が急に増え、留学生にとってストレスフルなものであると推測される。そして、このことから進学や就職といった日本語学校から外への移行がスムーズに進まず、上記の困難に強く直面した可能性が考えられる。

②社会環境ストレスとメンタルヘルスの検討

社会環境ストレスは来日期间とともに増加し、特に公的機関や留学生支援施設に関する出来事からのストレスが他のものよりも高く、来日期间との関連も強いと示された。それにもかかわらず、メンタルヘルスとの関係をみたところ、メンタルヘルスと大きく関連するのは、日本語学校や留学生支援施設のような問題よりも、日本の社会情勢や生活・対人場面における被害的な認知、留学費用に関する日本社会での生活上の問題であることが示された。つまり、日本語学校と支援施設には先で述べたような問題が存在しているかもしれないが、それは1年ないし2年の間の学校内の学業面に限定されており、学校や施設のサービスが不十分であっても留学生の生活まで脅かすことはないと考えられる。したがって、日本語学校と支援施設からのストレスの高さはメンタルヘルスまでに関連を持たないと考えられる。逆に、日本語学校や支援施設以外の日本社会の生活・対人場面のストレスは留学生にとって長期的であり、かつ生活全般に関与しているため、留学生のメンタルヘルスに関連していると考えられる。特に、日本語学校・支援施設以外で日本社会と関わる場合は主にアルバイト先であり、ほとんどの留学生は留学費用を補うためにアルバイトをしており、そこでの雇用・賃金や日本人との間の問題がメンタルヘルスに重要であったと推測される。日本人との関係については、加賀美（1994）も日本語学校生がアルバイト先での日本人からの接し方に不満を感じていると指摘している。そして、日本の社会情勢や日中関係の問題も留学生のメンタルヘルスと関連していることが考えられた。これは国レベルの政治・歴史問題によるものであり、両国民の民族感情に根付いており、容易には解決できない

ものであると考えられる。一方、メンタルヘルスが悪ければ、物事に対して適切な判断ができなくなり、日本社会の出来事や生活上の日本人との対人場面に偏った見方で見るので、被害的な認知が生じ、よりストレスを感じやすくなるとも考えられる。

今回の研究で、社会環境ストレス因子の項目の中に日本語学校と支援施設に関するストレスが相対的に高かったにもかかわらず、メンタルヘルスとの関連を持っていないことが示された。また、社会環境ストレスはメンタルヘルスと関連していることが示されたが、両者のはっきりとした因果関係を明らかにすることができなかった。留学生の留学という在日生活プロセスの中で、メンタルヘルスは一つの重要な指標であるので、今後の研究では、より長期間にわたる多指標的な調査が必要であると考えられる。また、本研究は横断研究であり、来日期间と社会環境ストレスの関連性について協力者数の少なさとそれぞれの期間群を構成する協力者の個人要因の影響も考えられるので、留学生の在日生活の適応プロセスを検証するためには限界がある。今後の課題として、ストレスのメンタルヘルスへの望ましくない影響を軽減する媒介要因を探索する研究、そしてストレスとメンタルヘルスの因果関係および日本での適応プロセスを見るための縦断研究が必要であろう。

引用文献

- Adler, P.S. (1975). The transitional experience: An alternative view of culture shock. *Journal of Humanistic Psychology*, 15, 13-23.
- 浅野慎一（1997）. 日本で学ぶアジア系外国人—研修生・留学生・就学生の生活と文化の変容— 大学教育出版.
- 段躍中（2003）. 現代中国人の日本留学 明石書店.
- 加賀美常美代（1994）. 異文化接触における不満の決定因—中国人の就学生の場合— 異文化間教育, 8, 117-126.

- 葛文綺 (2007). 中国人留学生・研修生の異文化適応 溪水社.
- 石井由香 (2003). 移民の居住と生活 明石書店
- 嶋 信宏 (1992). 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果 社会心理学研究, **7**, 45-53.
- Holmes TH, Rahe, RH (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, **11**, 213-218.
- Kuo, W.H. (1976). Theories of migration and mental health: An empirical testing on Chinese-American. *Social Science and Medicine*, **172** (8), 449-457.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- 松本基子 (1999). 誰がになう私の介護—外国人研修生・技能実習生に関する一考察— 社会福祉論集, **2**, 45-54.
- モイヤー康子 (1987). 心理ストレスの要因と対処の仕方—在日留学生の場合— 異文化間教育, **1**, 81-97.
- 日本語教育振興協会 (2013). 日本語教育機関の調査・統計データ 2013 年 4 月 16 日
 〈<http://www.nisshinkyo.org/article/pdf/20130416s.gaikyo.pdf>〉 (October 1, 2013)
- 丹羽郁夫・箕口雅博・曾文星 (1996). 生活ストレスとサポート・ネットワークの推移. 江畑敬介・箕口雅博・曾文星 (編) 移住と適応—中国帰国者の適応過程と援助体制に関する研究一, 171-196. 日本評論社.
- 岡益己・深田博己 (1994). 中国人留学生と就学生の意識 岡山大学経済学会雑誌, **26** (2), 181-198.
- 岡田 瞳 (2008). 中国人留学生における日本人との対人ストレスとコーピングが精神健康に及ぼす影響 法政大学大学院修士学位論文・人間社会研究科 (未公刊)
- 大坊郁夫・中川泰彬 (1985). 日本版GHQ精神健康調査票手引 日本文化科学社
- 大橋敏子 (2008). 外国人留学生のメンタルヘルスと危機介入 京都大学学術出版会
- 湯玉梅 (2004). 在日中国人留学生の異文化適応過程に関する研究—対人行動上の困難の視点から— 横浜市立大学国際文化研究紀要, **10**, 293-328.
- 姚霞玲・松原達哉 (1990). 留学生のストレスに関する研究 (1) —生活ストレスを中心—to 学生相談研究, **11** (1), 1-11.

2013. 10. 8 受稿, 2014. 1. 3 受理